

## Das sagt eine niedergelassene Fachärztin über „Herz im Blick“:



**Lucia Lochner-Ezekwugo**  
Niedergelassene Fachärztin für Allgemeinmedizin

*„Es liegt mir viel daran, dass Patienten auch zwischen den Behandlungen bestmöglich betreut werden. Das Programm „Herz im Blick“ leistet einen sinnvollen Beitrag dazu. Die engmaschige, weit über die Regelversorgung hinausgehende Kontrolle und Auswertung des Gesundheitszustandes von Patienten erlauben es, stets rechtzeitig zu reagieren und ihre Behandlung bestmöglich anzupassen. Zudem sind die Geräte sehr einfach zu bedienen und in privater Umgebung einsetzbar. Ein innovatives und nützliches Programm, das ich Patientinnen und Patienten buchstäblich ans Herzen legen kann.“*

## So einfach geht es:

Melden Sie sich am besten gleich heute an – online oder per Post:

### Online

Besuchen Sie unsere Internetseite und schreiben Sie sich dort ganz einfach ein.

[www.aok-herz-im-blick.de](http://www.aok-herz-im-blick.de)



### Per Post

Füllen Sie die beiliegende Teilnahmeerklärung aus und schicken Sie diese im beigefügten Freiumschlag an uns.



## Haben Sie Fragen zum „Herz im Blick“-Programm?

Sie wünschen sich weitere Informationen? Sie möchten wissen, wie Sie vom „Herz im Blick“-Programm profitieren können?

Besuchen Sie einfach unsere Website **[www.aok-herz-im-blick.de](http://www.aok-herz-im-blick.de)**. Kontaktieren Sie uns via Live-Chat oder rufen Sie uns unter der kostenlosen Rufnummer **0800 4 0407082** an.

Wir sind gern für Sie da.



Exklusives  
**Premium-  
angebot**  
für unsere  
Versicherten.

# Mehr Lebensqualität. Mehr Sicherheit. Mehr Vorsorge.

„Herz im Blick“ ist unser Gesundheitsprogramm für Menschen mit Herzschwäche, das nachweislich Ihr Leben verlängern kann. Gemeinsam mit Fachärztinnen und -ärzten für Kardiologie entwickelt. Für AOK Versicherte kostenfrei.





# HerzimBlick

**Für mehr Wohlbefinden  
und ein längeres Leben.**

Mehrere Studien haben gezeigt: Wer herzkrank ist und bei einem Programm wie „Herz im Blick“ mitmacht, muss seltener ins Krankenhaus und kann sogar eine höhere Lebenserwartung haben.

**Hilfe für Sie. Unterstützung  
für Ihre Therapie.**

„Herz im Blick“ gibt nicht nur Ihnen ein gutes Gefühl, sondern auch Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin. Denn das Gesundheitsprogramm ist die ideale Ergänzung zur ärztlichen Behandlung. Dabei haben Sie kaum Aufwand, und alle Geräte sind einfach zu bedienen.

## So einfach funktioniert „Herz im Blick“

### 1. Sie melden sich an

Schreiben Sie sich online ein unter **[www.aok-herz-im-blick.de](http://www.aok-herz-im-blick.de)** oder füllen Sie die beiliegende Teilnahmeerklärung aus und schicken Sie diese im beigefügten Freiumschlag an uns.

### 2. Sie erhalten Ihre persönlichen Geräte

Wir schicken Ihnen eine Waage, ein EKG-Messgerät und ein Tablet zu – und bei Bluthochdruck mit hypertensiver Krise auch ein Blutdruckmessgerät. Diese Geräte sind ganz einfach zu bedienen, und Sie erhalten sie völlig kostenfrei. Dann kann es schon losgehen!

### 3. Sie machen Ihre Messgeräte zu Ihren „Gesundheitspartnern“

Ein paar Minuten täglich reichen schon: Sie wiegen sich, zeichnen die EKG auf, messen gegebenenfalls Ihren Blutdruck und beantworten mit dem Tablet fünf einfache Fragen zu Ihrem aktuellen Befinden. Die Messwerte und Ihre Antworten werden vollautomatisch an das medizinische Fachteam von „Herz im Blick“ übermittelt. Sie selbst müssen sonst nichts tun.

Dabei machen wir Ihnen den Einstieg in die Technik ganz leicht: Gerne erläutern Ihnen unsere Beraterinnen oder Berater am Telefon, wie die Geräte funktionieren.

### 4. Die medizinische Beratung ist an Ihrer Seite

In unserem telemedizinischen Zentrum betreut Sie Ihre persönliche Gesundheitsfachkraft und ist für Sie da, um Ihnen den Umgang mit Ihrer Herzerkrankung zu erleichtern.

Ihre Beraterin oder ihr Berater hat Einblick in die Messwerte, die Sie täglich übermitteln. Wenn diese Werte eine Verschlechterung Ihres Gesundheitszustands anzeigen, informieren wir Sie und besprechen das weitere Vorgehen mit Ihnen. So können Sie sich immer ganz sicher fühlen!

Auch wenn Ihre Werte in Ordnung sind, werden Sie alle 6 Wochen telefonisch kontaktiert, damit wir herausfinden, wie es Ihnen geht. Gleichzeitig erhalten Sie wertvolle Tipps, um Ihre Erkrankung bestmöglich im Griff zu haben.



**Ihre Geräte erhalten Sie  
völlig kostenfrei.**

## Wie Sie von „Herz im Blick“ profitieren

- **Nachweislich lebensverlängernd:** Wissenschaftliche Studien belegen, dass Programme wie „Herz im Blick“ die Lebenserwartung verlängern und die Zahl der Krankenhausaufenthalte senken.
- **Individuell begleitet:** Eine medizinisch ausgebildete Fachkraft betreut Sie persönlich und nimmt sich Zeit für Sie.
- **Gut aufgehoben:** Zeigen Ihre Messwerte Auffälligkeiten, melden wir uns bei Ihnen und empfehlen, was zu tun ist.
- **Die Krankheit besser im Griff:** Mit der Zeit lernen Sie, wie Sie Ihre Symptome richtig einschätzen und schon mit kleinen Maßnahmen Verschlechterungen vorbeugen können.
- **Ihre Therapie sinnvoll unterstützt:** Mit Ihrem Einverständnis erhält Ihr behandelnder Arzt oder Ihre Ärztin im Fall einer Verschlechterung Ihre Messwerte. So lässt sich Ihre Behandlung bei Bedarf anpassen.
- **Kostenfrei für Sie:** Kosten für Beratung und Geräte trägt Ihre AOK Rheinland Pfalz/Saarland.
- **Gut erreichbar:** Sie haben Fragen? Per Tablet oder per Telefon können Sie unser medizinisches Fachpersonal bequem kontaktieren.

## Perfekt auch für Technik-Neulinge

Das Tablet schließen Sie einfach an den Strom an und schon ist es einsatzbereit. Die Waage verwenden Sie wie jede andere Körperwaage, und auch das EKG- und das Blutdruckmessgerät ist leicht zu bedienen.

Ein zusätzliches Plus des Tablets: Es vermittelt auch viel Wissenswertes für den täglichen Umgang mit der Herzschwäche.

Und wenn Sie doch einmal Hilfe bei der Nutzung des Tablets brauchen? Dann rufen Sie uns einfach unter **0800 4 0407082** an. Wir helfen Ihnen gern weiter.